

臺南市立中山國民中學 113 學年度第一學期八年級藝術才能專長領域課程計畫

課程名稱	芭蕾舞	實施年級 (班級組別)	八年級	教學節數	本學期共(44)節			
課程規範	<input checked="" type="checkbox"/> 領域學習課程-部定專長領域 <input checked="" type="checkbox"/> 藝術才能班 部定 專長領域 <input type="checkbox"/> 體育班 部定 體育專業 <input checked="" type="checkbox"/> 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程: <input type="checkbox"/> 藝術才能班 校訂 專長領域 <input type="checkbox"/> 體育班 校訂 體育專業							
設計理念	1. 培育藝術才能優異的學生，養成藝術與文化發展之基礎人才。 2. 啟發具有舞蹈優異潛能之學生，施予適性之系統化教育。 3. 透過創意教學，提昇表演、賞析與創造力。 4. 結合社群資源，進行多元藝術交流，拓展文化視野。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	藝才 J-A1 開展藝術潛能，展現個人特質，培養良好藝術學習習慣。 藝才 J-A3 精進藝術展演相關知能，拓增跨領域的藝術學習經驗，強化創造力與應變力。 藝才 J-C2 在藝術相關環境、團隊與人際互動中，具備同理心與觀察力，積極與人協調和合作。							
課程目標	學習芭蕾舞硬鞋的技巧,掌握芭蕾舞的把杆基本動作與肢體的運用，學習正確的運動傷害與防護觀念。							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 1~3 週	6	軟鞋把杆 "Battement" 動作練習(單手扶把)	舞才 IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	能正確找到身體重心並完成單一動作之能力。	1. Plié 與 Relevé 動作組合練習 2. Battement Tendu 動作組合練習 3. Battement Jeté 動作組合練習 4. Battement Fondu 組合動作練習 5. Battement Frappé 組合動作練習	作業單 同儕評量 觀察評量	自編教材
第 4~6 週	6	芭蕾舞硬鞋的訓練 (point shoese)	舞才 IV-K1 分析動作原理原則	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型	正確應用身體動能，熟練各	一系列硬鞋暖身練習	觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(部定+校訂)

			則，並掌握不同舞蹈類型技法。	的專用術語、相關語彙及動作原則。	種舞蹈技能。			
第 7~10 週	8	硬鞋 "Battement" 動作組合練習(單手扶把)	舞才IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	能正確找到身體重心，完成單一動作及組合動作之能力。	1.Pliés 與 Relevé 動作組合練習 2.Battement Tendu + Jeté 動作組合練習 3.Battement Fondu + Relevé 動作組合練習 4. Battement Frappé + Petit battement 動作組合練習	觀察評量 實作評量 作業單	自編教材
第 11~13 週	6	芭蕾舞硬鞋(中間)的動作組合原理與術語	舞才IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	1. 瞭解並具有簡易處理舞蹈運動傷害之基本能力。 2. 芭蕾舞硬鞋動作與肢體的運用	1. 身體的中心位置與手、腳、頭和眼的方向動作協調練習 2. 硬鞋站姿(turn out)及重心轉換方向的動力和方法 3. 芭蕾舞術語與動作之關聯性	觀察評量 實作評量	自編教材
第 14~15 週	4	一、硬鞋轉圈 Pirouette (把杆&中間)的練習 Pirouette en dehoire & en dedans 的動作組合練習	舞才IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	1. 正確應用身體動能，熟練各種舞蹈技能。 2. 舞蹈基本動作及具難度的單一性與複合性動作組合。	1. 把杆的組合動作。 2. 中間的組合動作。	觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(部定+校訂)

第 16~17 週	4	一、Rond de jambe 動作組合練習 (硬鞋中間練習)	舞才IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	1. 建立組織性與表演性的能力 2. 正確應用身體動能，熟練各種舞蹈技能。	1. Demi rond de jambe à terre & à lair 的動作組合練習 2. en dehoire & en dedans 的動作組合練習 3. 硬鞋(單手扶把)動作組合測驗	觀察評量 實作評量	自編教材
第 18~20 週	6	一、Allegro 組合練習 (扶把、離把) 二、課程總複習	舞才IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	了解芭蕾舞藝術發展脈絡，進行多元文化探索。	1. Petit Allegro 組合練習 (小跳躍動作) 2. Grand Allegro 組合練習 (大跳躍動作)	口頭發表 書面報告	自編教材
第 21 週	2	第三次學科定期評量						
第 22 週	休業式							

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

臺南市立中山國民中學 113 學年度第二學期八年級藝術才能專長領域課程計畫

課程名稱	芭蕾舞	實施年級 (班級組別)	八年級	教學節數	本學期共(40)節			
課程規範	<input checked="" type="checkbox"/> 領域學習課程-部定專長領域 <input checked="" type="checkbox"/> 藝術才能班 部定 專長領域 <input type="checkbox"/> 體育班 部定 體育專業 <input checked="" type="checkbox"/> 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程: <input type="checkbox"/> 藝術才能班 校訂 專長領域 <input type="checkbox"/> 體育班 校訂 體育專業							
設計理念	1. 培育藝術才能優異的學生，養成藝術與文化發展之基礎人才。 2. 啟發具有舞蹈優異潛能之學生，施予適性之系統化教育。 3. 透過創意教學，提昇表演、賞析與創造力。 4. 結合社群資源，進行多元藝術交流，拓展文化視野。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	藝才 J-A1 開展藝術潛能，展現個人特質，培養良好藝術學習習慣。 藝才 J-B1 理解藝術作品內容，運用各類藝術符號與媒材，以同理心與人分享及互動。 藝才 J-C2 在藝術相關環境、團隊與人際互動中，具備同理心與觀察力，積極與人協調和合作。 藝才 J-C3 理解在地與國際藝術展演的內涵，尊重與欣賞 不同文化的多元與殊異。							
課程目標	芭蕾舞硬鞋的訓練, 掌握芭蕾舞的把杆基本動作與肢體的運用，學習正確的運動傷害與防護觀念。							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 1~3 週	6	一、芭蕾舞硬鞋的基本動作組合練習(point shoese) 二、硬鞋 warm up 的練習	舞才 IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	培養具舞蹈基礎的學生進階的能力。	Tendu and plie 的組合練習	觀察評量 實作評量	自編教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(部定+校訂)

<p>第 4~6 週</p>	<p>6</p>	<p>硬鞋 “Battement” 動作組合練習 (單手扶把)硬鞋 轉 Pirouette (把杆)的練習</p>	<p>舞才IV-K1 分析動作原理原 則，並掌握不同 舞蹈類型技法。</p>	<p>舞才IV-K1-1 不同舞蹈類型 的專用術語、 相關語彙及動 作原則。</p>	<p>改變動作節奏與 方位，加強組合 動作的複雜度， 增加組織與連貫 性。</p>	<p>1.Pliés 與 Relevé 動作組合 練習 2 2. Battement Tendu + Jeté 動 作組合練習 2 3. Battement Fondu+Relevé 4. Battement Frappé + Petit battement 動作 組合練習 2</p>	<p>觀察評量 實作評量</p>	<p>自編教材</p>
<p>第 7~10 週</p>	<p>8</p>	<p>一、芭蕾舞硬鞋(中 間)的動作組合原 理與術語 二、Rond de jambe 動作組合 練習 2</p>	<p>舞才IV-K1 分析動作原理原 則，並掌握不同 舞蹈類型技法。</p>	<p>舞才IV-K1-1 不同舞蹈類型 的專用術語、 相關語彙及 動作原則。</p>	<p>改變動作節奏與 方位，加強組合 動作的複雜度， 增加組織與連貫 性。</p>	<p>1. 硬鞋中間練習 2. 期中評量</p>	<p>觀察評量 實作評量</p>	<p>自編教材</p>
<p>第 11~13 週 (第 12 周 辦理 114 年全運 會，停課)</p>	<p>4</p>	<p>一、硬鞋傷害與 防護 二 Adagio 組合練 習</p>	<p>舞才IV-K2 對舞蹈專項常見 運動傷害之復健 流程及預防選擇 具備實務操作能 力。</p>	<p>舞才IV-K2-1 進階下肢傷害 處理與預防性 保護措施：含 急性期治療、 慢性期治療、 運動機能重建、 預防性貼紮、 護具選擇等。</p>	<p>1. 瞭解並具有簡 易處理舞蹈運動 傷害之基本能 力。 2. 使用不同風格 的音樂搭配舞蹈 動作，增強音樂 性。</p>	<p>1. 教導如何正確 地使用腳踝及腳 掌的力氣來推硬 鞋。 2. 手臂的運行與 呼吸的配合 3. 芭蕾舞的身體面 向 4. Port de bras 組合練習 5. Adagio 動作組 合練習</p>	<p>觀察評量 實作評量</p>	<p>自編教材</p>

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(部定+校訂)

第 14~16 週	6	Allegro 組合練習 (扶把、離把)	舞才 IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	利用分組方式使其觀察同儕表現，進而反省修正自己。	1. Petit Allegro 組合練習 (小跳躍動作) 2. Grand Allegro 組合練習 (大跳躍動作)	觀察評量 實作評量 同儕評量	自編教材
第 17~19 週	6	課程總複習	舞才 IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	利用分組方式使其觀察同儕表現，進而反省修正自己。	1. 扶把動作組合練習(單手) 2. 離把動作組合練習(中間) 3. 流動組合練習(1)(2)	觀察評量 實作評量 同儕評量	自編教材
第 20~21 週	4	國際著名芭蕾舞團介紹—起源、背景以及舞作欣賞	舞才 IV-C1 賞析國內外舞蹈作品特色及代表人物。	舞才 IV-C1-2 國外舞蹈家、團體及其作品。	了解芭蕾舞藝術發展脈絡，進行多元文化探索。	介紹舞團的起源、背景以及舞作欣賞	書面報告 觀察評量 口頭發表	自編教材
第 22 週	休業式							

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。